

## **Body image pada mahasiswi dimasa pandemi: Bagaimana peranan laxative abuse?**

**Rizki Dwi Bakhtiar Surin**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

**Dyan Evita Santi**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

**Aliffia Ananta**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: [rizkidwibakhtiar@outlook.com](mailto:rizkidwibakhtiar@outlook.com)

### **Abstract**

*The existence of a pandemic phenomenon forces female students to feel less moving and even exercise, so that they feel their weight gain rapidly due to changes in physical activity that are different from usual. Based on a preliminary study conducted by researchers on 38 UNTAG students, it was found that 33 out of 38 female students admitted to using laxative drugs as an alternative to maintain the perception of body image in order to feel ideal during the pandemic. This study aims to determine the relationship between laxative abuse and body image among UNTAG students during the pandemic. From a population of 771 female students, about 60 female students were taken to become subjects in this study. Taking the subject begins with determining the criteria. The criteria needed in this study were women, UNTAG active students, aged 19-25 years, using laxative drugs. The sampling technique used was purposive sampling technique. Collecting data in this study used body image scale and laxative abuse scale with Product Moment correlation analysis technique which showed a significant positive correlation between laxative abuse variable and body image in UNTAG students. So that there is a positive relationship between Laxative Abuse behavior and body image in female students. The higher the level of Laxative Abuse behavior, the more negative body image in female students.*

**Keywords:** Laxative Abuse, body image, early adulthood

### **Abstrak**

*Adanya fenomena pandemi memaksa mahasiswi terpaksa merasa kurang bergerak bahkan berolahraga, sehingga merasa berat badannya bertambah secara cepat karena perubahan aktifitas fisik yang berbeda dari biasanya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 38 mahasiswi UNTAG, ditemukan bahwa 33 dari 38 mahasiswi mengaku menggunakan obat laxative sebagai alternatif untuk menjaga persepsi body image agar tetap merasa ideal selama masa pandemi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara laxative abuse dengan body image pada mahasiswi UNTAG di masa pandemi. Dari populasi yang berjumlah 771 mahasiswi diambil sekitar 60 mahasiswi guna menjadi subyek dalam penelitian ini. Pengambilan subyek diawali dengan menentukan kriteria. Kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah Wanita, Mahasiswi Aktif UNTAG, Usia 19 - 25 tahun, Menggunakan Obat laxative. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala body image dan skala laxative abuse dengan teknik analisis korelasi Product Moment yang menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara variabel laxative abuse dengan body image pada mahasiswi UNTAG. Sehingga ada hubungan positif antara perilaku*

*Laxative Abuse dengan body image pada mahasiswi. Semakin tinggi tingkat perilaku Laxative Abuse maka semakin negative body image pada mahasiswi.*

**Kata kunci :** *Laxative Abuse, body image, dewasa awal*

## **Pendahuluan**

Indonesia saat ini sedang dalam dalam kondisi pandemi yang dari hari kehari jumlah angka penularan terus bertambah. Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk memutus penyebaran covid. Hingga akhirnya pemerintah membuat kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar atau PSBB. Kebijakan PSBB ini mengharuskan masyarakat untuk melakukan semua aktivitas di rumah saja. Kondisi ini mau tidak mau telah merubah pola kebiasaan masyarakat, tidak terkecuali para Mahasiswi. Mahasiswi yang sekarang melakukan segala kegiatan di rumah, menyisakan banyak waktu luang yang semakin membosankan. Untuk mengalihkan rasa bosan selama di rumah, alternatif murah dan praktis yang dapat dilakukan salah satunya dengan menonton drama korea atau biasa disebut drakor.

Perilaku menonton drakor menjadi tren di kalangan mahasiswi. Para mahasiswi juga cenderung mengidolakan artis Korea yang terkenal sangat cantik dengan menampilkan proporsi tubuh yang bisa dikatakan dianggap sempurna. Mengingat kondisi aktivitas banyak dirumah, mahasiswi menjadi jarang berolahraga dan pola makan menjadi tidak teratur. Studi terbaru menunjukkan, laporan dari aplikasi Covid Symptom Study pada 450 ribu orang, hampir sepertiga atau 29 persen mengaku telah mengalami kenaikan berat badan sejak Maret 2020. Rata-rata peningkatan berat badan sekitar 0,78 kg.

Peneliti menilai, terdapat sejumlah faktor yang meningkatkan berat badan selama masa pandemi. Banyak berada di rumah membuat orang lebih banyak ngemil, kurang bergerak dan berolahraga, serta lebih banyak stres dan cemas. Ditambah lagi di masa pandemi, ruang terbuka hijau dan ruang publik seperti taman kota, pusat kebugaran dan kolam renang di Surabaya masih ditutup. Sehingga Mahasiswi yang mengalami kenaikan berat badan, memiliki persepsi buruk terhadap tubuhnya ketika ia bandingkan dengan tokoh idola koreanya. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan peneliti, mahasiswi yang mengalami kenaikan berat badan, mengatasinya dengan mengkonsumsi obat laxative. Perilaku mengonsumsi obat laxative yang dilakukan mahasiswi juga melebihi dosis yang dianjurkan. Jika rata rata obat laxative menganjurkan dosis 1 hingga 2 kali sehari, Mahasiswi tersebut mengonsumsi obat laxative setiap selesai makan agar kondisi tubuhnya tidak mengalami kenaikan berat badan. Kebiasaan sering mengonsumsi laxative dapat membentuk toleransi tinggi dosis obat sehingga pengguna akan selalu meningkatkan dosis lebih tinggi untuk efek kontraksi yang sama. Penjelasan dari Broen

## Body image pada mahasiswa dimasa pandemi: Bagaimana peranan laxative abuse?

University – Health Services (2017) jika obat laxative digunakan secara tidak bijak dapat menimbulkan kerugian kesehatan.

Peran media membawa pengaruh yang besar dalam mendorong seseorang untuk sangat memperhatikan penampilan tubuhnya. Ketidakpuasan Mahasiswa terhadap keadaan tubuhnya biasa dikenal dengan body image negative. Schilder (Bell & Rushforth, 2008: 1), body image adalah persepsi tubuh individu yang terbentuk dalam pikiran individu. Sedangkan menurut Cash & Pruzinsky (Kinanti Indika, 2009: 74) menyatakan bahwa body image negative merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian negatif. Dari definisi para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa body image negative adalah pandangan Mahasiswa mengenai diri mereka ditinjau dari bagaimana keadaan tubuh yang akan menjadi negatif. Didalam penelitian ini akan digunakan istilah Body Image untuk menjelaskan Body Image Negative.

Mahasiswa yang memiliki Body Image negative lebih rentan mengalami kecemasan, depresi, dan kecenderungan pemikiran untuk melakukan bunuh diri daripada Mahasiswa yang bisa menerima penampilan tubuh mereka apa adanya. Body Image negative dapat berkembang menjadi suatu gangguan yang disebut Body Dysmorphic Disorder (BDD). Sebanyak 1-1,5% dari populasi dunia memiliki kecenderungan BDD, dan kecenderungan BDD akan lebih tinggi pada budaya yang sangat mempertimbangkan dan memprioritaskan penampilan dalam kehidupan sehari-hari (Rahmania P. N. dan Ika Yuniar C, 2012: 1).

Masa Pandemi covid-19 yang terjadi mulai bulan April 2020 memaksa segala aktifitas termasuk belajar mengajar dilakukan melalui media daring, hal tersebut tentu saja memaksa seseorang untuk mengurangi aktifitas keluar rumah bahkan untuk sekedar berolahraga diluar rumah, sedangkan tidak banyak seseorang yang memiliki fasilitas olahraga didalam rumahnya. Adanya fenomena pandemi tersebut memaksa mahasiswa terpaksa merasa kurang bergerak bahkan berolahraga, sehingga merasa berat badannya bertambah secara cepat karena perubahan aktifitas fisik yang berbeda dari biasanya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 38 mahasiswa UNTAG Surabaya, ditemukan bahwa 33 dari 38 mahasiswa mengaku menggunakan obat pencahar sebagai alternatif untuk menjaga berat badan tubuhnya agar tetap merasa ideal selama masa pandemi.

Peneliti juga melakukan survey dengan menggunakan google form dan dibagikan ke mahasiswa untag dengan kriteria mahasiswa tersebut pernah menggunakan obat pencahar. Hasil survey menunjukkan bahwa sebanyak 82% responden mengakui bahwa dirinya mengkonsumsi obat pencahar selama 4 minggu atau lebih. Sedangkan pada setiap kemasan obat pencahar tertulis bahwa obat pencahar tidak dianjurkan untuk dikonsumsi lebih dari 2 minggu. Hal ini menunjukkan bahwa responden sudah melakukan perilaku abusive terhadap dirinya dengan menggunakan obat laxative. Seperti obat-obatan lainnya, laxative juga memiliki efek samping. Mulai dari yang ringan hingga berat, namun biasanya efek ini akan berhenti segera setelah penggunaannya dihentikan. Jenis

## Body image pada mahasiswi dimasa pandemi: Bagaimana peranan laxative abuse?

laxative juga bisa melemahkan kemampuan tubuh untuk buang air besar dan menyebabkan ketergantungan dengan obat laxative. Selain itu, obat laxative juga dapat menyebabkan kram perut dan diare akut.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti mengindikasikan adanya penyalahgunaan obat pencahar (laxative abuse) terhadap citra tubuh negatif bagi mahasiswi UNTAG di masa pandemic Covid-2019, sehingga peneliti ingin berfokus dan menggali lebih lanjut bagaimana hubungan antara laxative abuse dengan body image pada mahasiswa UNTAG Surabaya dimasa Pandemi.

### Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis korelasional. Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu *body image* sebagai variabel bebas dan *laxative abuse* sebagai variabel terikat. Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswi aktif Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang sedang menjalankan sistem PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) selama Pandemi Covid-19. Adapun teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah Purposive Sampling. Dari populasi yang berjumlah 771 mahasiswa diambil sekitar 60 mahasiswa guna menjadi subyek dalam penelitian ini. Instrument pengambilan data terdiri dari skala *body image* dan skala *laxative abuse*. Analisis data menggunakan uji korelasi Product Moment.

### Hasil

Hasil uji normalitas sebaran data *body image* diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov Z 1.318 dengan  $p = 0,062$  ( $p > 0,05$ ). Pada sebaran data *laxative abuse* diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov Z 1.352 dengan  $p = 0,052$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data skala *body image* dan *laxative abuse* dinyatakan normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Kolmogorov-Smirnov Z	Signifikansi (p)	Keterangan
<i>body image</i>	1.318	0,062	Normal
<i>laxative abuse</i>	1.352	0,052	Normal

## Body image pada mahasiswi dimasa pandemi: Bagaimana peranan laxative abuse?

Hasil uji linieritas hubungan antara variabel laxative abuse (variabel X) dengan variabel laxative abuse (variabel Y) diperoleh  $F = 2.315$  dengan  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel body image (Y) dengan laxative abuse (X).

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari tahap persiapan, tahap uji coba, tahap pelaksanaan, dan tahap analisa data. Pada tahap persiapan penelitian dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu membuat alat ukur skala body image dan laxative abuse. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan membagikan skala pada 63 mahasiswi aktif Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Pada tahap analisis data menggunakan SPSS 23.0 for windows.

Kaidah signifikan untuk menguji taraf signifikansi hasil uji korelasi Product Moment adalah bila  $p < 0,05$  maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah sangat signifikan, sedangkan apabila  $p > 0,05$  maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah non-signifikan.

Penelitian mengenai hubungan antara laxative abuse dengan body image pada mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang dilakukan pada 2 Januari 2020 terhadap 63 mahasiswi sebagai sampel penelitian. Pengambilan data yang dilakukan menggunakan sistem Uji Coba. Didalam penelitian ini digunakan istilah Body Image untuk menjelaskan Body Image Negative.

Pada Skala Body Image menjelaskan bahwa semakin tinggi skor skala Body Image, maka semakin tinggi tingkat Body Image Negative pada Mahasiswi. Begitu juga sebaliknya, jika skor skala Body Image rendah, maka semakin rendah tingkat Body Image Negatif pada Mahasiswi. Pada Skala Laxative Abuse menjelaskan bahwa semakin tinggi skor skala Laxative Abuse maka semakin tinggi tingkat perilaku Mahasiswi untuk menyalahgunakan obat Laxative. Begitu pula sebaliknya, jika skor skala Laxative Abuse rendah, maka semakin rendah tingkat perilaku Mahasiswi untuk melakukan penyalahgunaan Obat Laxative.

Teknik korelasi yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara laxative abuse dengan body image adalah teknik uji analisis kolerasi bivariate pearson. Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan SPSS versi 23.0 diperoleh sig. (2-tailed) antara laxative abuse (X) dengan body image (Y) adalah sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ), yang berarti terdapat kolerasi yang signifikan antara laxative abuse dengan body image pada 63 mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Selanjutnya, berdasarkan nilai r hitung (pearson correlation) diketahui nilai r hitung untuk hubungan antara laxative abuse (X) dengan body image (Y) adalah sebesar 0,893 ( $> 0,244$ ), nilai r hitung adalah 0,893, sementara untuk nilai r tabel adalah 0,244. Sehingga r hitung lebih besar daripada r tabel, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara laxative abuse dengan body image negative pada mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

## **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan diatas, bahwa ada hubungan positif antara laxative abuse dengan body image pada mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, sehingga semakin tinggi laxative abuse maka akan semakin tinggi body image negative pada mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Didalam penelitian ini akan digunakan istilah Body Image untuk menjelaskan Body Image Negative. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Assyfa (2018) mengatakan remaja dengan gangguan makan memiliki masalah dengan bentuk tubuhnya yang berarti mereka sudah memiliki pemikiran bahwa tubuh mereka tidak ideal. Menurut buku DSM 5, salah satu jenis gangguan makan *Bulimia Nervosa* menyebutkan kriteria perilaku Laxative Abuse. Perilaku Laxative Abuse ternyata memiliki hubungan positif antara Body Image negative.

Hasil Survey yang dilakukan peneliti menyebutkan sebanyak 82% responden mengakui bahwa dirinya mengkonsumsi obat pencahar selama 4 minggu atau lebih. Sedangkan pada setiap kemasan obat pencahar tertulis bahwa obat pencahar tidak dianjurkan untuk dikonsumsi lebih dari 2 minggu. Hal ini menunjukkan bahwa responden sudah melakukan perilaku abusive terhadap dirinya dengan menggunakan obat laxative. Seperti obat-obatan lainnya, laxative memiliki efek samping. Mulai dari yang ringan hingga berat, namun biasanya efek ini akan berhenti segera setelah penggunaannya dihentikan. Jenis laxative juga bisa melemahkan kemampuan tubuh untuk buang air besar dan menyebabkan ketergantungan dengan obat laxative. Selain itu, obat Laxative juga dapat menyebabkan kram pada perut dan diare akut. Peneliti juga melakukan wawancara kepada 18 responden dengan hasil penyebab mahasiswi mengkonsumsi obat pencahar adalah karena persepsi akan bentuk tubuhnya yang tidak sesuai dengan tampilan tubuh ideal, sehingga responden lebih memilih untuk menggunakan cara yang menurut mahasiswi tersebut cepat dan murah jika dibandingkan metode diet dengan berolahraga teratur.

Hasil survey berikutnya yang didapatkan oleh peneliti adalah motif utama Mahasiswi yang menggunakan obat laxative adalah adanya rasa tidak puas bentuk tubuhnya jika dibandingkan dengan artis korea yang sering ia lihat selama pandemi. Mahasiswi semakin terdorong keinginannya untuk menurunkan berat badannya dengan cepat setelah ia memiliki persepsi tubuh yang ideal seperti yang sering ditampilkan dalam drama korea. Bagi Mahasiswi tersebut, tubuh yang ideal adalah tubuh yang memiliki badan ramping dan tidak gemuk. Hal tersebut membuat dirinya merasa tidak percaya diri terhadap citra dirinya, sehingga mahasiswa tersebut memiliki citra diri negatif atau Body Image Negative.

Menurut jurnal penelitian Virgandiri (2020) juga mengungkapkan bahwa secara garis besar mahasiswi yang memiliki body image negative beresiko memiliki perilaku

gangguan makan. Mengingat bahwa laxative abuse adalah salah satu symptom dari gangguan makan bulimia nervosa menurut DSM 5.

Hipotesis peneliti juga sesuai dengan hasil penelitian yang menyebutkan Ada hubungan positif antara perilaku Laxative Abuse dengan body image negative pada mahasiswi. Sehingga semakin tinggi tingkat perilaku Laxative Abuse maka semakin tinggi tingkat body image negative pada mahasiswi. Sebaliknya, semakin rendah perilaku Laxative Abuse maka semakin rendah pula tingkat body image negative pada mahasiswi.

## Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara laxative abuse dengan body image pada mahasiswi UNTAG Surabaya di masa pandemic Covid-19. Teknik korelasi yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara laxative abuse dengan body image adalah teknik uji analisis korelasi bivariate pearson. Hasil uji linieritas hubungan antara variabel laxative abuse (variabel X) dengan variabel body image (variabel Y) diperoleh  $F = 2,315$  dengan  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel body image (Y) dengan laxative abuse (X). Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan SPSS versi 23.0 diperoleh sig. (2-tailed) antara laxative abuse (X) dengan body image (Y) adalah sebesar  $p = 0,000$  ( $< 0,05$ ), yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara laxative abuse dengan body image pada 63 mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Berdasarkan nilai r hitung (pearson correlation) diketahui nilai r hitung untuk hubungan antara laxative abuse (X) dengan body image (Y) adalah sebesar 0,893 ( $> 0,244$ ), nilai r hitung adalah 0,893, sementara untuk nilai r tabel adalah 0,244. Sehingga r hitung lebih besar daripada r tabel, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara laxative abuse dengan body image negative pada mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

## Referensi

- Baker, E. H., & Sandle, G. I. (1996). Complications of laxative abuse. *Annual Review of Medicine*, 47, 127–134. <https://doi.org/10.1146/annurev.med.47.1.127>
- Bell, Lorraine dan Rushforth, Jenny. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance: A Program for People with Eating Disorder*. New York: Routledge.
- Brewerton, T. D., & Dennis, A. B. (2013). Eating Disorders, Addictions and Substance Use Disorders: Research, Clinical and Treatment Perspectives. *Eating Disorders, Addictions and Substance Use Disorders: Research, Clinical and Treatment Perspectives*, 1–681. <https://doi.org/10.1007/978-3-642-45378-6>
- Cash, T. F. (2002). The situational inventory of body-image dysphoria: Psychometric evidence and development of a short form. *International Journal of Eating Disorders*, 32(3), 362–366. <https://doi.org/10.1002/eat.10100>
- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1–5. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)

- Cash, T. F., Phillips, K. A., Santos, M. T., & Hrabosky, J. I. (2004). Measuring "negative body image": Validation of the Body Image Disturbance Questionnaire in a nonclinical population. *Body Image*, 1(4), 363–372. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.10.001>
- Fauzia, tri fajariani, & Rahmiaji, lintang ratri. (2019). Memahami pengalaman. *Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan*.
- [Laxative Abuse Treatment | Laxative Abuse Symptoms](https://www.rosewoodranch.com/laxative-abuse-treatment/) diakses pada 15 November 2020, 11.00 WIB
- Light, H. G. (2009). *Smith ScholarWorks " I feel fat " : how do therapists help recovering female anorectic clients overcome body image issues ?*
- Nolen-Hoeksema, S., Stice, E., Wade, E., & Bohon, C. (2007). Reciprocal relations between rumination and bulimic, substance abuse, and depressive symptoms in female adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(1), 198–207. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.116.1.198>
- Nph, P., Selfiana Harta, W., Nurul Azizah, L., Dwi Utami Fakultas Psikologi, F., & Padjadjaran Jatinangor Jawa Barat, U. (n.d.). *Analisis Hasil Penelitian Pengaruh Penayangan*
- Pryor, T., Wiederman, M. W., & McGilley, B. (1996). Laxative abuse among women with eating disorders: An indication of psychopathology? *International Journal of Eating Disorders*, 20(1), 13–18. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199607\)20:1<13::AID-EAT2>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199607)20:1<13::AID-EAT2>3.0.CO;2-7)
- Rismajyanthi. (n.d.). *Tinjauan Yuridis Terhadap Tindak Pidana Penghinaan Citra Tubuh ( Body Shaming )*. 1–15.
- Roerig, J. L., Steffen, K. J., Mitchell, J. E., & Zunker, C. (2010). Laxative abuse: Epidemiology, diagnosis and management. *Drugs*, 70(12), 1487–1503. <https://doi.org/10.2165/11898640-000000000-00000> *Laxative Abuse.pdf*. (n.d.).
- Sakinah. (2018). " Ini Bukan Lelucon " : Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya. *Jurnal Emik*, 1(1), 53–67.